



广博慈爱 追求卓越

第 632 期

2021 年 12 月 30 日

# 瑞金医院 资讯

上海交通大学医学院附属瑞金医院主办

RUIJIN HOSPITAL NEWS

http://www.rjh.com.cn

## 扎实做好巡视“后半篇文章” 医院党委召开巡察整改工作推进会议

12月16日下午，医院党委召开巡视整改工作推进会议，对前期接受巡视和巡察整改工作进度进行通报，并对下一步整改工作部署安排。医院党委书记瞿介明主持会议并作讲话，各职能部门负责人出席，医院各院区、各党支部书记同步通过线上参会。瞿介明书记传达了市委巡视办、市纪委监委、市委组织部关于巡察整改的工作要求，要求紧紧围绕整改任务、整改责任和整改成效，共同推动集中整改阶段和持续整改阶段的各项工作，把抓巡察整改和成果运用融入日常工作，融入深化改革，融入全面从严治党、融入班子队伍建设，扎实做好巡视“后半篇文章”。

瞿书记强调，巡察整改是“四个意识”的试金石，要认真

学习总书记、中央、市委对巡察整改工作的要求，把整改工作和学习六中全会精神结合起来，以自我革命的高度政治自觉落实整改的责任。巡察整改和本单位履行的主责主业是相辅相成的，相互促进的关系，两者紧密联系，千万不能割裂。对照巡察反馈意见，要坚持原汁原味整改落实，要坚持逐条逐项整改落实，举一反三，以巡促改，以巡促建，以巡促治。

就下一步具体工作，瞿介明书记提出四点要求：一是深化认识，提高政治站位，增强巡察整改自觉性。二是加强组织领导，压紧压实责任，履行巡察整改主体责任，各项整改举措由责任牵头部门协同所涉及部门共同实施整改，强化协同配合。三是认真

剖析问题，严抓落实，推动巡察整改见实效，整改任务要有可量化、可评估的标志性成果，实现目标导向、问题导向与效果导向相统一。四是建立长效机制，做实成果转化，把巡察整改与实施医院“十四五”规划、与推动医院高质量发展紧密结合。

自收到市委巡视反馈意见以来，医院党委把抓好巡察整改作为重大政治任务放在突出位置，成立整改工作领导小组及工作小组，以巡视反馈具体意见为靶向，形成问题清单、任务清单、责任清单。整改领导小组定期研究推进整改工作，班子成员带领工作部门积极推进，整改工作组和工作专班协调督促、执行具体工作，确保巡察整改落实到位。

□ 撰文 | 陈晨

本版责任编辑 唐文佳 姚侃敏

## 医学技术从幕后走向台前 医学技术学院成立



12月7日，上海交通大学医学院医学技术学院成立，我院党委副书记袁青、上海交通大学医学院副院长胡翊群分别兼任上海交通大学医学院医学技术学院党委书记、院长，中国工程院院士、上海交通大学医学院院长范先群颁发任命书。范先群院长指出希望通过专业

培养体系，“孵化”更多技术人才，解决医学技术滞后导致阻碍中国医学发展的瓶颈问题。我院院长宁光院士表示，医学是全周期全方位对病患的照顾，各个环节都离不开医学技术的保障，更重要的是，人才的聚集将会催生更多技术“裂变”，真正造福百姓。

□ 撰文 | 朱凡

2021年12月18日，上海交通大学医学院附属瑞金医院海南医院暨博鳌研究型医院投入试运行。试运行仪式由海南省卫健委副主任李文秀主持。

海南博鳌乐城是中国唯一的医疗特区，国际最先进创新药械进入中国市场的重要通道。瑞金海南医院是乐城先行区重点引进的公立医院品牌之一，是服务海南建设自由贸易港的国家战略、推进沪琼合作协议落地见效的重点项目，核定床位数500张。瑞金海南医院以海南省人民政府为建设主体，以上海瑞金医院为输出医院、海南省人民医院为依托单位，携手建设国家区域医疗中心。

海南省副省长王路表示，这标志着海南自由贸易港建设在卫生健康领域取得了重大成果，也标志着沪琼两地在探索医疗卫生健康领域的深化合作上迈出了坚实步伐。

上海市副市长宗明通过视频传达了祝贺和感谢。她希望瑞金医院和海南省人民医院精诚协作，秉承“广博慈爱 追求卓越”的瑞金精

## 瑞金医院海南医院暨博鳌研究型医院试运行



神，共同努力把瑞金海南医院建设好，不断加强医学科技创新，助力健康海南、健康中国。

海南省发改委主任、乐城管理局局长顾刚对瑞金海南医院开院试运行表示祝贺，他希望今后瑞金海南医院能够充分发挥自身优势，汇聚医学科技创新要素与资源，开创出更多医疗先例，造福更多国内外

患者。

海南省卫健委党委书记、主任周长强宣布了医院领导班子，并表示省卫健委将全力以赴支持瑞金海南医院的发展。

上海申康医院发展中心主任王兴鹏勉励瑞金医院作为国家区域医疗中心的输出医院，一定要把海南医院作为自己医院来建设和运营，

携手海南省人民医院，与国内外的同道一起，在海南医院积极开展新药、新械、新技术、新方法的首用，让更多的产品加速进入中国市场。并积极开展真实数据研究，为我国先行先试积累经验。

上海交通大学医学院院长范先群院士认为，由瑞金医院牵头建设的国家区域医疗中心，在提供医疗支持的同时，主动对接海南省先行区医疗研究和创新医学技术行业的先行先试政策，对海南省自由贸易港建设和海南人民来说具有非凡意义。

瑞金医院党委书记瞿介明表示，感谢海南省委省政府、海南省卫健委、乐城先行区管理局及省人民医院的大力支持，平稳、有序、高效地推进瑞金海南医院试运行工作。瑞金人将会彰显“瑞金品质”，拼出“乐城速度”，“立足海南，服务全国，辐射东南亚”。

瑞金医院院长、中国工程院院

士宁光指出，瑞金医院百十年来开创了众多全国第一、亚洲第一乃至全球第一的医疗创新举措，骨子里铭刻着优秀的创新基因，我们将充分利用乐城的特许政策，与海南省人民医院精诚合作，共同建设好瑞金海南医院，让国际创新设备、器械、药物更早、更好地惠及国人。

海南省人民医院党委书记姜鸿彦表示，省人民医院与上海瑞金医院要齐心协力，抓住机遇，保障并推动瑞金海南医院在高质量发展的路上行稳致远。

瑞金海南医院党委书记顾志冬介绍，医院将聚焦海南省疾病谱及跨省就医常见病种，以“肿瘤及血液学科群、心血管代谢学科群、神经科学学科群”三大学科群建设为重点，努力创建国家区域医疗中心。

试运行仪式上，上海交大医学院附属瑞金医院党委书记瞿介明和海南省人民医院党委书记姜鸿彦共同为瑞金医院开院之石落户海南博鳌乐城揭幕，象征着上海瑞金医院和瑞金海南医院一脉相承，与时俱进。

□ 撰文 | 陈玮 朱凡

### 喜讯

宁光院士获颁美国心脏病学会 (American College of Cardiology) “荣誉伙伴奖 (Honorary Fellowship Award)”，成为首位获此殊荣的中国专家。

瞿介明教授团队、毕宇芳教授团队荣获上海市科技进步一等奖，陈尔真教授团队、陆勇教授团队、王学峰团队荣获二等奖 (均为第一完成单位)；陈赛娟院士团队和杨文浩教授团队还分别作为第二、第三完成单位获得上海市科技进步一等奖。

灼伤整形科周增丁荣获第十三届中国青年志愿者优秀个人奖。

胸外科荣获“上海市卫生健康系统先进集体”称号；感染科谢青、乳腺疾病诊治中心沈坤伟、生殖医学中心张爱军荣获“上海市卫生健康系统先进工作者”称号。

伤科主任医师、魏氏伤科第二十三代传人李飞跃受聘成为市文史研究馆馆员。

重症医学科刘嘉琳获评“凯原”十佳教师称号。

## 共筑国家海上救助生命线，我院与东海救助局签订合作协议

12月15日，我院与东海救助局合作协议签约仪式举行。双方将以保障人民生命安全和健康为共同目标，秉承“以人为本、优势互补、统一流程、稳妥推进”四大基本原则，重点聚焦应急救援体系，着重于以海上医疗救援体系建设为目标，利用优势资源和发挥各自优势，在构建联动机制、医疗保障机制、医疗救援转运流程及远程医疗指导模式、培训与实战演练机制及建立海上医疗救援科研体系等五个方面开展合作。

□ 撰文 | 徐婉瑛  
□ 摄影 | 陈钧





## 上海市数字医学创新中心上线“胰腺健康”人工智能应用

在手机上回答几个问题，App就能自动预测胰腺疾病风险，并给出个性化建议。近日，上海市数字医学创新中心联合我院胰腺疾病治疗中心发布一款“胰腺健康”人工智能应用，它将观察、收集人们日常生活行为模式、生命活动体征数据等，并通过精密计算构建胰腺疾病风险动态评估模型，助力实现胰腺疾病的精准诊疗，尤其是为胰腺癌个体化治疗方案提供更科学的指导。

胰腺肿瘤长在胰脏深部，恶性程度高，当前5年生存率仅5%-7%，被称为“癌中之王”。胰腺肿瘤也非常狡猾，初期通常“伪装”得很好，没有明显症状，往往是转移后才被发现。“App最重要的目的，是通过大数据分析，把上海乃至全国的胰腺癌早期诊断率从20%，再往上提高10-20个百分点。”我院副院长沈柏用表示。

怎么才能早期预警胰腺癌风险的生活行为模式？2020年，上海市数字医学创新中心和该院团队开始联手解决这一难题。“胰腺健康”App



主要分三大模块，一是胰腺疾病相关信息的科普；二是对于生活习惯、行为模式及医疗数据的收集分析；三是对各类胰腺疾病及胰腺癌的风险评估预警。

当前，用户只要进入App，输入日常行为习惯的测评信息，系统会根据风险评估表对其胰腺健康指数加以评分。日常使用中，根据客户端收集的信息数据及用户主动上传的生活行为医疗数据，对用户的

生活行为模式进行监测并根据收集的用户数据进行大数据AI分析，计算评估胰腺疾病发生的潜在危险因素。一旦发现高危人群，就会建议尽快到我院胰腺疾病治疗中心进一步诊治。

此外，这个应用还会结合科普常识、文献精炼汇总等推送，给出个性化指导方案。针对已罹患胰腺疾病的患者，系统还会增加对医疗随访的指导和监测，实现对全人群胰腺健康的服务。

□撰文 | 李东

## 皮肤科创始人朱仲刚教授铜像揭幕仪式举行

12月1日，我院终身教授、皮肤科创始人朱仲刚教授铜像揭幕仪式举行。我院院长宁光院士，院党委副书记俞萍出席会议，上海皮肤病学界老专家、皮肤科老专家代表以及朱仲刚教授的亲属受邀参会。会议由皮肤科主任潘萌主持。

皮肤科郑捷教授作开场致辞，他表示，朱仲刚教授有着高超的医术，是国内首屈一指的职业性皮肤病专家，朱仲刚教授的职业方向瞄准“让工农兵大众最痛苦的疾病”，他的第一个课题——《沥青毒性比较》，于1954年获得国家级科研成果奖；朱仲刚教授也有着高贵的品格，他对科室工作和年轻人成长密切关注，每次和他交流他都会再三叮嘱，关心学科发展和人才培养。他教导我们，作为医者要不断成长，才能更好地为人民服务。

宁光院长在讲话中指出，朱仲刚教授数十年如一日地坚持解决临床问题，解决社会需要，1954年获得国家卫生部奖励，是新中国成立后广慈医院的第一个国家级科研成果奖，1977年获得“全国第一届科技大会”奖励，他做的就是最好的转化医学。瑞金要发展，也要传承，我们从终身教授身上看到的一个共性——在临床实践和社会需求中寻找问题并解决。每一个瑞金人都应该从前辈的成就、品行、医术中体会榜样的作用。

俞萍副书记表示，朱仲刚教授行医治学的风范让人敬仰，他对学生的培养、对病人的关心关爱值得年轻人学习，皮肤科全心全意为民众服务的优良传统，必将在青年一代身上传承发扬。

□撰文 | 韩康妮

## 医疗帮扶：新一批援滇医疗队出发

12月20日，由我院消化内科陈希，放射科卜玉莲，血透室朱琰，神经外科柯柯嘉，呼吸科程挺五位医疗技术骨干组成的援滇医疗队，奔赴云南省迪庆州人民医院开展为期六个月的医疗援助工作。

未来半年，队员们将充分发挥自身专长，服务于当地百姓，推动对口帮扶地区的医疗专业化、规范化管理，助力提升迪庆州当地医疗服务水平。

□撰文 | 李东



## 多地出现出血热，医生提醒：措施到位可预防

14岁的小肖是个爱说爱笑的姑娘，今年国庆返校，10月10日突发高烧到39℃，服药后依然高热不退，更糟的是，她还出现了腹痛、腰痛、眼眶痛、腹泻等症状。

短短一周，那个爱笑的姑娘像被偷走了所有精气神。绝望之际打听到了上海瑞金医院是这方面的权威，没有犹豫，一家人赶赴上海。

收到急会诊指令后，感染科住院总莫瑞东医生迅速赶来并详细询问了小肖一家的流行病学史，得知小肖家居居于城乡结合部，房屋周围有老鼠出没，小姑娘平时住校，国庆节回家住了1周左右，随后小肖就出现了发热、白细胞升高，血小板下降，肾功能损伤，腹痛、腰痛、眼眶痛等，实验室检查和临床表现均符合“流行性出血热”。

此时，小肖已经出现了严重的并发症——一天的尿量少于400ml，出现了肾衰，心功能不全，情况非常危重。感染科王晖主任医师紧急启动绿色通道，兼顾防护需要，腾出单人病房将小肖收治入院。

按照传染病报流程，医生采集血样送上海市疾控中心，当天结果就回报汉坦病毒抗体及核酸均阳性，断定小肖就是流行性出血热。经积极治疗2天后，患者体温基本正常，但仍诉腹痛，小便量仍偏少。

一边是进展迅速的病情，肾功能指标进一步恶化，且胸闷气促、不能平卧、伴有少量呕血、便血。一边是泄气暴躁的小肖、心急焦虑的家属。

王晖一边温声安抚，当即联系医务处高卫益处长组织全院大会诊。肾脏科、心内科、呼吸科

等专家们讨论后一致认为，患者需同时改善患者凝血功能、纠正DIC，并绿色通道给予申请血小板输注，改善患者出血状态，并立即给予血液透析治疗。

没有一点耽误，小肖当天及时完成血透上机，经四次透析，肾功能亦稳步好转，之前红肿的眼眶逐渐消退，胃口好转。

经过半个月的努力，小肖的肾功能明显好转，血小板恢复正常，病房医生和护理部的护士小姐姐们悬着的心终于可以放下。

王晖主任医师介绍，流行性出血热是可防的，只要措施到位，就可以避免被病毒感染。提醒大家：平时注意饮食卫生、勤洗手，特别是野外作业的朋友，要做好清洁卫生，不直接接触鼠类污染的食品。

□撰文 | 李东

## 我院再次接收海上航空医疗救助

12月30日上午8时49分，交通运输部东海救助局接到求助信息，一名船员双眼被索具打伤，伤情较重，意识清醒，亟需救援。东海救助局女搜救机长宋寅驾驶直升机前往救助。4个小时后，飞机平稳降落在瑞金医院停机坪，伤员被迅速移交交给医院救护队员，进行及时治疗。

所幸，最终的手术探查结果显示，该名伤者的眼球没有明显的穿通伤。之后，将以药物治疗为主，辅以营养支持疗法，来抑制水肿、进行进一步治疗。

而就在本月初，一位突发昏迷的渔民也是被直升机从海上“吊”起，送至瑞金医院进行抢救。12月2日下午14点02分，门诊24楼的停机坪上，东一飞的救助直升机稳稳着陆，包括神经外科、神经内科、麻醉科、重症医学科等在内的6位医护早已待命就位。

接收患者完善检查后，神经外科卜留贯主任和助手孙昱皓等医生为患者实施了颅内血肿清除+去骨瓣减压术，术后患者转危为安，脑部的血肿清除干净，脑中线结构较前明显好转。

短短1个月，瑞金医院共承担完成了5起海上直飞航空医疗救助，包括一名被锚击伤的船员、一名突发脑出血的渔民以及3名被缆绳击中的渔民，是截至目前长三角完成海上航空救助任务最多的医疗机构，彰显了瑞金航空医疗体系已走向常态化、规范化。

“从海上直飞，相较转陆路再就医至少节约了1个多小时”我院副院长陈尔真表示，作为上海首家航空医疗救援中心基地医院，也是目前上海航空医疗救援基地医院网络化建设的牵头医院，我院到目前保持航空医疗抢救成功率100%的成果，来自于综合实力下，多学科的接棒协作，也是瑞金速度与温度的体现。

□撰文 | 唐文佳 李东

## 骨肉瘤肺转移手术联合靶向药物的新治疗方案

骨肉瘤是儿童和青少年人群常见的骨原发恶性肿瘤之一。对这部分患者目前并没有很好的救治方法，传统方式采用手术联合化疗治疗，应对效果有限。

两年前，小菁常常嚷嚷腿疼。原本家人以为是生长痛，给小菁买了钙片补钙。可是情况并未好转，去医院检查，小菁竟然生了骨肉瘤，且肿瘤已经向两侧肺部转移，转移灶多达10枚！

多番打听，他们了解到我院骨科张伟滨主任该领域的“大拿”，便跨省前来就诊。

“我们医院在常年临床治疗的基础上摸索出了新的治疗方案，”

张伟滨主任介绍，“在传统化疗的基础上，我们克服了靶向治疗对手术伤口的不良影响，通过化疗联合靶向治疗以及多次计划性手术的新治疗方案，现在已经成功让40余例患者实现无瘤生存。将可切除转移性骨肉瘤的远期生存率在以往基础上提高了10%。

一年多时间里，小菁先后进行了化疗、右股骨肿瘤切除、假体置换、两次的肺部转移灶切除手术以及围手术期靶向治疗。做完最后一次化疗，小菁腿部接近10cm长的肿瘤和肺部十多枚转移灶完全消失。

骨肉瘤是复发转移潜能较强

的骨原发恶性肿瘤，随着分子靶向药物的发展，许多快速进展或难以切除的复发转移性骨肉瘤目前已经可以通过抗血管靶向治疗得以控制或降期，从而获得手术切除机会。但是因为抗血管靶向药物对于伤口愈合具有潜在影响，所以以往抗血管靶向治疗联合外科手术的临床探索并不顺利。

骨肉瘤团队联合胸外科、病理科团队逐渐建立并完善了骨肉瘤复发转移手术联合靶向药物治疗的围术期应用策略及安全性评估体系，并开展相应临床试验，以期进一步提高转移性骨肉瘤的临床治愈率。

### 骨肉瘤肺转移手术联合靶向药物的新治疗方案

瑞金医术

第一完成人：骨科 张伟滨  
第二完成人：胸外科 李鹤成；病理科 王朝夫  
第三完成人：骨科 鲍其远；胸外科 杨孝清





## 党史学习教育专题

## 瑞金医院：恪守为民初心 担当时代重任

在今年党史学习教育中，我院广大党员坚持以上率下，自觉把学习党史作为“必修课”，在学党史、讲党史、懂党史、用党史方面发挥示范带头作用，并推动“我为群众办实事”各项实践活动有效落实，恪守为民初心，担当时代重任。

医院把党史学习教育作为各支部抓基层党建的重要内容，把党史学习教育和医院中心工作有机结合，确保医院的学习教育能走在前列、取得实效，为医院“十四五”规划开好局、起好步，积蓄起先发之势。

## 让学习教育“实”起来

今年4月，院党委书记瞿介明在动员会上作党史学习教育动员报告，从“为什么学、学什么、怎样学”三个维度进行深入分析和阐述，带领大家深刻领会习近平总书记党史学习教育动员大会上的讲话精神；通报了《瑞金医院党史学习教育工作方案》，对后续扎实推进医院党史学习教

育作出部署。随后召开专题会议，强调要把党史学习教育作为各支部抓基层党建的重要内容，坚持高标准高质量，确保党史学习教育取得实效；引导广大干部职工提高思想站位，做到学史明理、学史增信、学史崇德、学史力行，同时要把党史学习教育与医院中心工作有机结合，使医务党员同志牢记和践行守护人民健康的使命与责任。

医院组织《中国革命道路理论形成的艰辛历程》学习党史，明理增信——从李大钊看党的初心和使命》等多场党史学习教育主题报告，从理论上给医务党员做好准备；组织党员到中共一大纪念馆等地参观，开展主题党日，通过实景教育引导党员同志从党的历史事件中深刻领悟和体会中国共产党为什么“能”、马克思主义为什么“行”、中国特色社会主义为什么“好”。

## 让学习氛围“浓”起来

为推动党史学习教育走深走实，瑞金

医院党委组织开展党史学习竞赛、“我心向党”征文、老党员讲党史、支部党史梳理等多场“学党史”活动。党史知识竞赛内容涵盖党史知识、瑞金医院院史等内容，共有80余个支部参与。创新竞赛方式、内容，充分调动了全院医务工作者参与党史学习教育的积极性、主动性与自觉性，加深对中国共产党百年的历史进程与规律认识，科学地确立对党历史的整体认识，从而更加坚定“四个自信”。

“心中有信仰，脚下有力量”。新时期，瑞金医院广大党员干部坚守从医初心、勇担健康使命，履职尽责、辛勤奉献，在推进医院各项事业发展中充分发挥了先锋模范作用，涌现出了一批先进典型。医院把学习一代代优秀共产党员和“知史爱党、知史爱国、知史爱院”落实到党史学习教育中，从医院“光荣在党50年”的94名党员表彰，到68年党龄的陈淑瑾教授引领重温入党誓词，再到92岁老教授捐赠百万成

立“灼伤整形医学教育培训基金”，97岁的中国工程院院士王振义坚持了18年的“开卷考试”……老一辈的医务工作者，用行动弘扬医学精神，传承着“广博慈爱、追求卓越”的瑞金精神。

## 让学习路径“新”起来

充分利用互联网，扩大党史学习教育学习空间。我院率先开设学习强国号，精心制作情景党课、“瑞金青年初心宣讲”等视频，依托微信公众号、微博、视频号等平台，将党史故事、院史故事等内容从传统的辐射式传播演变成串联式的矩阵传播，通过创新方式方法、优化传播路径，激励党员同志党史学习教育的热情与可持续性。

一代代瑞金人不畏艰难、勇于攀登，全心全意为人民健康服务。通过融合学院史和党史学习，我院不断用党史和各项理论知识武装医务人员的思想，总结历史经验，从把握历史规律中获取思想的启迪、知识的武装，寻找可资借鉴的治理之道，提高工作本领，强化历史担当。

□撰文 | 朱凡

## “广慈卓越医院管理论坛”开幕式暨首次课程举办

12月23日，我院“广慈卓越医院管理论坛”开幕式暨首次课程举行。开幕式由院党委副书记袁青主持。

院党委书记瞿介明致辞，他表示，该论坛应成为医院各级、各类管理干部相互交流管理经验、探讨管理现状、创新管理系统建设的平台，为医院“十四五规划”的实现、国家医学中心的创建成功奉献智慧。

论坛邀请上海交通大学历史系任轶副教授带来《广慈医院建筑的人文关怀》专题报告。院党委副书记俞郁萍为她颁发了“瑞金医院院史研究特聘专家”证书。

院长宁光作专题报告《管理是一门学问》，他从“何为管理”、“管理的首要任务”、“管理的瓶颈突破”、“知信合一”、“管理理念”五个方面展开了报告。宁光院长提出，希望瑞金人能不断成长，努力建成让患



者信赖、让员工自豪、让同道尊重、让社会满意的更美好的瑞金。

会上，院党委书记瞿介明为广慈卓越医院管理组委员会主任袁青，副主任高卫益、龚震晔、徐懿萍、吴瑞春颁发聘书。组委会成员联合发布2022年第一季论坛主题。

本次论坛的开幕式暨首次课程设1个主会场和18个分会场，医院领导班子成员、职能部门干部、护理督导、人才库成员代表，以及北部院区、远洋院区、集团医院等，线上线下近千人参会。

□撰文 | 陈玮

## 贫血5年、依赖输血的患者在血液科获新生

2017年，71岁的老东被诊断为慢性贫血，血红蛋白一度跌至40g/L（正常值：120-160g/L），辗转上海多家医院均诊断为骨髓增生异常综合征（MDS）可能，治疗效果不佳，常年靠输血维持。

今年7月，老东来到我院血液科开设了血细胞异常专病门诊，李啸扬副主任医师详细询问老东病史，仔细翻阅他的病史资料，判断他目前达不到MDS诊断标准，属于MDS前期的状态。

做了骨髓及外周血基因检测后，李啸扬发现老东一些影响骨髓造血功能的基因出现了异常，诊断他为克隆造血状态，这是骨髓造血功能衰老的一种表现，老年人多见，严重者可能出现重度贫血，极大影响生活质量。

明确诊断后，老东被收入我院血液科，李军民主任制订了去甲基化药物联合脐带血微移植的联合方案，以抑制克隆性增生、提升免疫功能，从而改善老东的造血功能。

两个疗程治疗后，老东彻底摆脱输血依赖。今年11月，老东回到“血细胞异常专病门诊”随访，检查显示：他的血红蛋白5年来第一次升至110g/L——终于可以约上老伙计去旅行了！

在所所长任瑞宝带领下，设立于我院的上海血液学研究所自主开发克隆造血的临床检测监测系统，血液科在此基础上于今年7月开设“血细胞异常专病门诊”，已有400余例患者在治疗随访中。

□供稿 | 血液科

## 【简讯】

近日，“第三届上海交通大学大学生生命科学创新竞赛”决赛举行，来自各学院的50个团队参加角逐，来自我院临床医学院的检验系本科生物科创团队课题《胃癌基质特异性基因PLXDC2经巨噬细胞促进上皮间充质转化的研究》获一等奖；2018级临床医学八年制法语班课题《转录因子MondoA在感知酮体和调控结肠癌细胞代谢中的作用和机制研究》获二等奖。

□供稿 | 临床医学院

## 长三角基层医生高血压及相关慢病培训总结会圆满落幕

12月17日，由中国健康促进与教育协会牵头的2021年长三角基层医生高血压及相关慢病远程培训总结会在线上、线下同步召开。中国高血压联盟主席、上海高血压研究所所长、瑞金医院高血压科主任王继光教授，中国健康促进与教育协会高血压（上海）中心主任、我院高血压科郭冀珍教授参会。

从2007年起，在中央文明办、卫生

部文明办及中国健康促进与教育协会领导下，由中国健康促进与教育协会高血压健康教育（上海）中心、浙江省心脑血管病防治研究中心和江苏省疾控中心共同组织“长三角两省一市一体化防治高血压联合行动”，并参与“全国相约健康社区行”活动。

该行动每年组织长三角多家三级医院的多学科专家进行课件制作，做

出一年一度的统一教材库，在各省（市）卫健委或疾控支持下，组织基层医生自愿报名，进行实用性强的、高血压及相关慢病防治知识的全方位教育。活动得到了长三角地区广大基层医生的积极响应，培训受众数由数百人/年到数万人/年，并呈逐年增长的趋势。

□撰文 | 李华

12月30日，“Charity Beyond Love·瑞金之爱永相随”2021年我院慈善义卖活动举办。

上海自闭症儿童音乐社“天使知音沙龙”的小嘉宾们带来开场表演。“天使知音沙龙”的发起人曹鹏致辞，他表示，创立“天使知音”的初衷就是帮助自闭症儿童走出孤独，融入社会，背后的理念与瑞金的慈善义卖是一致的——帮助和温暖更多人。

我院长宁光感慨，96岁的曹鹏老师还在发光发热，帮助这些自闭症孩子，他的善爱之心令人感动；瑞金希望联合更多有爱之士，让善举惠及更多人。

## 2021慈善义卖活动成功举办



普外科主任郑民华、重症医学科主任瞿洪平、医院书画社社长周佩军介绍了他们带来的爱心物品。郑民华主任带来了一位著名摄影师患者赠予的摄影集；瞿洪平带来了自己的患者家属、著名作家余华赠予的最新作品《文城》；周佩军介绍了书画社的瓷画、书法和摄影作品。

院党委书记瞿介明向长江商学院上海校友会代表尉迟玉珩女士、大金（中国）投资有限公司代表黄跃峰先生和上药控股有限公司代表唐鹏程先生颁发致谢函。他表示，瑞金慈善义卖活动每年都会举办，义卖筹得的善款也送到了云南和新疆——剑

川县广慈卫生室和喀什多套心肺复苏培训设施都已经投入使用。

今年的义卖活动在广慈花园举行，分为室内、室外两个展区。室内分最新的瑞金文创展区、精品展区以及职工书画社、插画社的瓷画、摄影、绘画和插画作品。室外引进了7个思南集市风格的帐篷，广慈和博海餐厅的美味半成品和畅销糕点以及各院区的爱心物品也在其中。

据悉，今年慈善义卖的善款、爱心企业的捐赠款及历届慈善义卖的结余善款将成立“广慈聚善·瑞金医院生命救助项目”，用于帮助贫困患者和医院患病职工。

□供稿 | 团委



## @糖友们，除了血糖， 这个指标也要关注

朱先生是一位有多年病史的糖尿病患者，最近到医院检查时，医生让他查血，还嘱咐他要验小便。朱先生很是不解：糖尿病不是只要监测血糖就可以了吗，为什么还要验小便呢？

糖尿病虽然是一种内分泌代谢性疾病，但会累积多器官多系统，据统计，糖尿病患者中有20-40%会发生糖尿病肾病，尤其是在那些糖尿病病程长或血糖控制不佳的患者中更易发生，这也是糖尿病患者肾功能衰竭的主要原因。

糖尿病肾病早期没有典型的临床表现，仅局限于肾脏病理的改变。随着疾病进展，部分患者会出现尿液中泡沫增多、双下肢浮肿等症状。后期，患者会出现以下情况：如大量蛋白尿、肾功能受损、肌酐升高等异常。

如何早期诊断糖尿病肾病？从疾病明确诊断开始，就应定期进行尿检。尿液中出现微量白蛋白，是糖尿病患者出现肾脏损伤的标志。进行尿微量白蛋白筛查，是发现早期糖尿病肾病的有效方法，精确度高于普通尿常规。对于糖尿病患者来说，仅仅做尿常规检查可能会产生漏诊。

糖尿病肾病如何预防和治疗？一般来说，糖尿病肾病的病变是不可逆的，所以提倡定期筛查、预防为主、尽早治疗。防治糖尿病肾病的关键在于，严格地控制血糖；同时还包括改变生活方式：如合理控制体重，戒烟、适当的运动；积极的控制血压、血脂等。

□ 撰文 | 高琛妮

## 气温“跳水”，冬天如何保护好脆弱的脑血管？

冬季气温骤降。你知道吗？室外温度每降低10℃，人的血压就会升高6个毫米汞柱。据统计，大约70%的脑卒中发生在冬季，这个季节里，老年人和心脑血管病人要特别预防脑卒中的发生。除了常见的心脑血管疾病共同关注的注意事项：稳定血压、调节情志、戒烟限酒、合理膳食、避免过度劳累和超负荷工作，选择座便器而不是蹲便器之外，对于脑血管疾病（包括脑梗死和脑出血）的高危人群，还有以下几点请牢记。

**1. 注保暖，开空调，避免温差。**寒潮来袭时，要注意保暖，不要不舍得开空调和暖气，否则，外周血管收缩，血流动力学改变，血压容易上升，导致脑血管意外。此外，血液内血小板活性升高，容易形成血栓。除了根据体感温度适当增减衣物外，老年人可进行一些适合自己的有氧锻炼，如散步、做广播体操等，以促进血

液循环、改善机体氧供。尤其重要的是，环境变化时一定要避免前后温差过大，短时间内剧烈的温差变化也是诱发脑血管事件的重要因素。

**2. 打太极，练平衡，防跌倒。**对老年人来说，跌倒除了可能导致软组织损伤、脱臼、骨折等并发症之外，还有颅内血管破裂的危险。老年人多有动脉硬化，血管壁弹性显著下降，跌倒后有发生颅内血管破裂的危险。因此，老年人行动时要特别小心。合理的锻炼（如太极）可以增强肌肉力量，加强身体柔韧性，锻炼平衡能力。另外，通过补钙、补充维生素D防治骨质疏松对于预防跌倒也十分有必要。

**3. 动左手，促右脑，防出血。**人的单侧肢体运动由对侧大脑半球控制。例如，右利手者左侧大脑半球工作负担较重，则左侧大脑中动脉血流速度较快。长期的高速血流冲击易使动脉弹性减

弱，更易发生破裂出血。大脑中动脉又称“出血动脉”，脑出血多因此动脉破裂出血所致。推荐老年人在早晚时分，用左手转动两个健身球，帮助右脑半球的功能正常发挥。类似地，左利手患者需要多锻炼右手，以防范脑出血的发生。

**4. 多喝水，稀血液，避免血栓。**多喝水十分重要。要维持体内有充足的水，稀释血液，防止血栓形成，同时可避免因血容量不足导致大脑灌注不足而诱发的脑梗死。

**5. 注重先兆，及时就医。**中风会有一些先兆症状，如无诱因的剧烈头痛、头晕、晕厥，有的突感肢体麻木、乏力或一时性失明，语言交流困难等，应及时就医检查治疗。对于脑卒中患者而言，“时间就是大脑”。早发现、早就诊、早干预能够明显改善卒中患者预后。

□ 撰文 | 王刚 黄强

## 服用降压药，这些坑千万别踩

随年龄增长，高血压患病率逐渐升高，也与遗传、性格、肥胖以及不良的生活方式等多种因素有关。高血压会导致脑卒中、心肌梗塞、蛋白尿、肾功能不全等急慢性并发症，给人们造成恐慌，需要应用降压药来控制，怎样吃降压药才是最合理呢？

第一，高血压患者一旦确诊，无论是否需要服药，都需要调整生活方式：低盐低脂，戒烟限酒，忌暴饮暴食，规律作息，不要剧烈运动。

第二，高血压患者一旦确诊，需要长期服药，不能擅自增大或减少药量，更不可随意停药，以免引起血压反跳和剧烈波动。

第三，每日血压有两个高峰期，7:00~10:00达到最高，16:00~20:00是第二个高峰，在这两个高峰期前服用降压药效果较好，因此建议晨起即刻服用每日一次的降压药物，若需要下午服用的药物，建议在15:00左右服用。

### 高血压用药有“五忌”

一、忌无症状不服药。患者因为没有明显症

状就不服药，更有甚者直至发生严重的心脑血管并发症时（如脑出血、脑梗塞、心肌梗塞等）才发现血压过高，悔之不已。

二、忌间断性服药。高血压为慢性病，通常需要终身用药，如果因为血压暂时稳定而间断性服药，有时反而会引发血压反跳。如果血压稳定，可以在主治医师的指导下逐渐减少药量，不可以随意停药。

三、忌胡乱吃药。降压药种类很多，作用机制也不同，需要在专业医师的指导下服用，避免加重药物副反应和引起药物相互作用。

四、忌更改剂量。降压药应该从小剂量开始服用，但很多患者以为加大剂量或增加服用次数可以快速降压，其实这种操之过急的做法会导致血压骤然下降，容易引发心肌梗塞或缺血性脑中风。

五、忌不测血压。很多高血压患者不测量血压，仅凭自我感觉服药，其实病情轻重和自觉症状并不相关，比如血压低也会有晕眩感，此时服药会引发低血压。

□ 撰文 | 杜月凌

## 如何正确使用加湿器

冬天天气干燥，很多家庭或办公室会使用加湿器，为室内增加空气湿度，这本是一件好事，但小卓用上加湿器没多久，便出现咳嗽、胸闷，接着发烧、咽喉肿痛的症状，去医院，竟被诊断为“真菌性肺炎”。

天干物燥之时，很多人都离不开加湿器，开启“空调+加湿器”模式。但这两种家用电器使用不当的话，都会对我们的健康造成威胁。

首先，冬季气候干燥，且人体的上呼吸道菌群要比夏天多，肺炎链球菌明显增多，在感冒发烧、咳嗽等人体免疫力低下的情况下，这些菌群会进入到肺部，更容易造成肺炎。

加湿器虽是湿润空气的神器，但如果长时间、不间断地使用，室内湿度过大会帮助病原野蛮生长；而且，如果不常清洗加湿器，加湿器里也会成为霉菌等微生物的藏身之所，很有可能附着于水雾上，钻进了我们的鼻腔……长此以往，就可能会导致一系列呼吸道疾病，比如上呼吸道感染、支气管炎、肺炎、哮喘等等。

### 加湿器正确使用，只需记住这几点

1. 不要长时间、不间断使用加湿器。建议



使用一段时间后，让加湿器休息一会儿。一般来说，室内温度保持在20-30℃，相对湿度设置在30-60%，可破坏和消除微生物的生长条件。

**2. 别加自来水及各种添加剂，用纯净水最好。**精油、消毒剂或者醋等添加剂绝对不要放，这些添加剂会对呼吸道造成刺激；自来水中的矿物质有可能损伤机器，如果自来水硬度较高，还会形成“白雾”，反而污染空气。

**3. 每天换水，每周清洗一次加湿器。**这样才能保证机器清洁，避免微生物大量滋生，享受恰好的湿度的同时，不被细菌、病原体侵扰。

□ 供稿 | 呼吸与危重症医学科

## 痛风到底有多痛？



春节即将到来，亲朋好友们总要聚在一起吃吃喝喝，慰劳彼此一年的辛苦。鸡鸭鱼肉、麻辣火锅、鲍参翅肚……除了长胖，有些人还会不幸迎来新体验——痛风。

### 痛风到底有多痛？

痛风是指急性痛风性关节炎，是尿酸沉积在关节引起关节无菌性炎症，中青年男性多见。典型过程：上床好好的，后半夜脚痛，活活痛醒的那种，并且越来越重，关节红、肿、热、痛，疼痛不能忍受。严重者发热、白细胞升高。容易误诊为感染。绝大多数痛风发生在第一跖趾关节，痛过的人都知道！

### 痛风为什么容易发在脚上

痛风根本原因是高尿酸血症。血尿酸越高，痛风发作越频繁，而且发病年龄也越早。发病在脚上的原因是：第一，足部血液供应较差，皮温较低，组织液pH低；第二，趾骨关节承受压力大，容易损伤，尿酸容易在足部关节形成结晶。

### 痛风发作的诱因有哪些？

- ▶ 饮酒  
乙醇导致血尿酸升高诱发痛风，无论白酒、啤酒、黄酒、洋酒都一样
- ▶ 暴食  
一次吃大量的高嘌呤食物（肝、肾等动物内脏，海鲜、牛羊肉、肉汤中）
- ▶ 高汤  
有痛风倾向的少喝高汤！羊杂汤、涮锅汤等等汤类，都是高危！
- ▶ 受凉  
冬天气温低，夏天吹冷空调，关节局部温度降低，尿酸盐结晶就析出来啦！

急性痛风发作如何处理？  
相关人群可以在医生或药师的指导下，常备秋水仙碱、非甾体类消炎药、激素等药物；或是及时到医院就诊。

### 如何预防痛风？

1. **管住嘴：**严格限制动物内脏、海产品和肉类等高嘌呤食物，鼓励多吃新鲜蔬菜，适量食用豆类及豆制品。请注意：富含嘌呤的蔬菜（比如莴笋、菠菜、蘑菇、菜花等）、豆类及豆制品等与高尿酸和痛风发作的关系不大，没有必要严格控制。
2. **多喝水：**钾离子和维生素C，可降低痛风发作。
3. **多饮水：**维持每日尿量2000~3000ml，可促进尿酸排泄。
4. **不饮酒：**酒精干扰尿酸代谢，可增加血尿酸水平和痛风发作的风险。
5. **降尿酸：**遵医嘱使用别嘌醇、非布司他，苯溴马隆等药物。

□ 撰文 | 胡牧